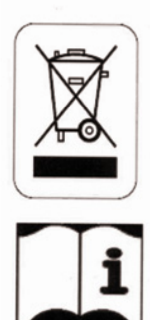
Presse multi fonctions

Réf : 461500

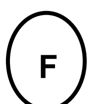




INTENSIVE LINE

CARE

www.carefitness.com



AVERTISSEMENTS :

Sécurité

- Lisez et conservez avec précaution ce manuel de l'utilisateur. N'utilisez ce produit que de la manière indiquée.
- Cet appareil doit être assemblé et utilisé par des adultes.
- Votre appareil est conforme à la norme EN-957 classe SA pour une utilisation à domicile et en salle de sport.
- Pour une utilisation en toute sécurité une surface stable et plane est nécessaire. Protégez votre revêtement de sol par un tapis. Ne pas utiliser cet appareil dans un endroit humide (piscine, sauna, etc.).
- Ne pas laisser jouer les enfants avec l'appareil. La société CARE décline toute responsabilité quant aux dommages qu'ils pourraient subir. Ne pas laisser les enfants à proximité de l'appareil pendant votre entraînement.
- CARE décline toute responsabilité en cas de modifications techniques faites par l'utilisateur sur l'un de nos produits.
- Poids et taille maximum de l'utilisateur : 150 kg.
- **Avant de commencer votre entraînement il est primordial de consulter votre médecin pour déterminer le niveau d'intensité de votre programme. Un entraînement excessif ou mal programmé peut nuire à la santé.**
- Gardez le dos droit lors des exercices.
- Il est fortement recommandé de porter une tenue et des chaussures appropriées.
- Tenez compte pour les parties réglables des positions maximales.

Entretien

- Vérifier régulièrement le serrage des éléments de fixation avec les vis et les écrous. Pour garder son niveau de sécurité, votre appareil doit être examiné régulièrement. Il est impératif de remplacer toute pièce défectueuse et de ne plus l'utiliser jusqu'à sa complète réparation.
- La sueur étant très corrosive ne pas laisser celle-ci entrer en contact avec les parties émaillées ou chromées de l'appareil, et particulièrement l'ordinateur, essuyer immédiatement votre appareil après entraînement. Le nettoyage des parties émaillées se fait à l'aide d'une éponge imprégnée d'eau. Tous produits agressifs ou corrosifs sont à proscrire.

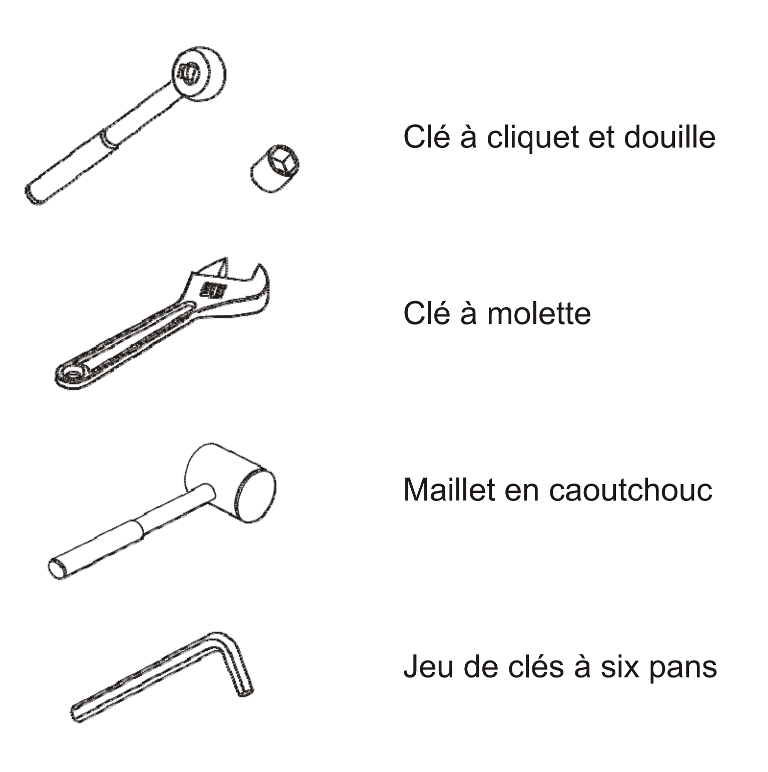
Garantie : Le châssis est garanti 3 ans. Les pièces d'usures sont garanties 1 an. La garantie s'applique en utilisation normale**.**

Recyclage : le symbole « poubelle barrée » signifie que ce produit et les piles qu'il peut contenir ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que votre produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permettra la protection de l'environnement et de votre santé.

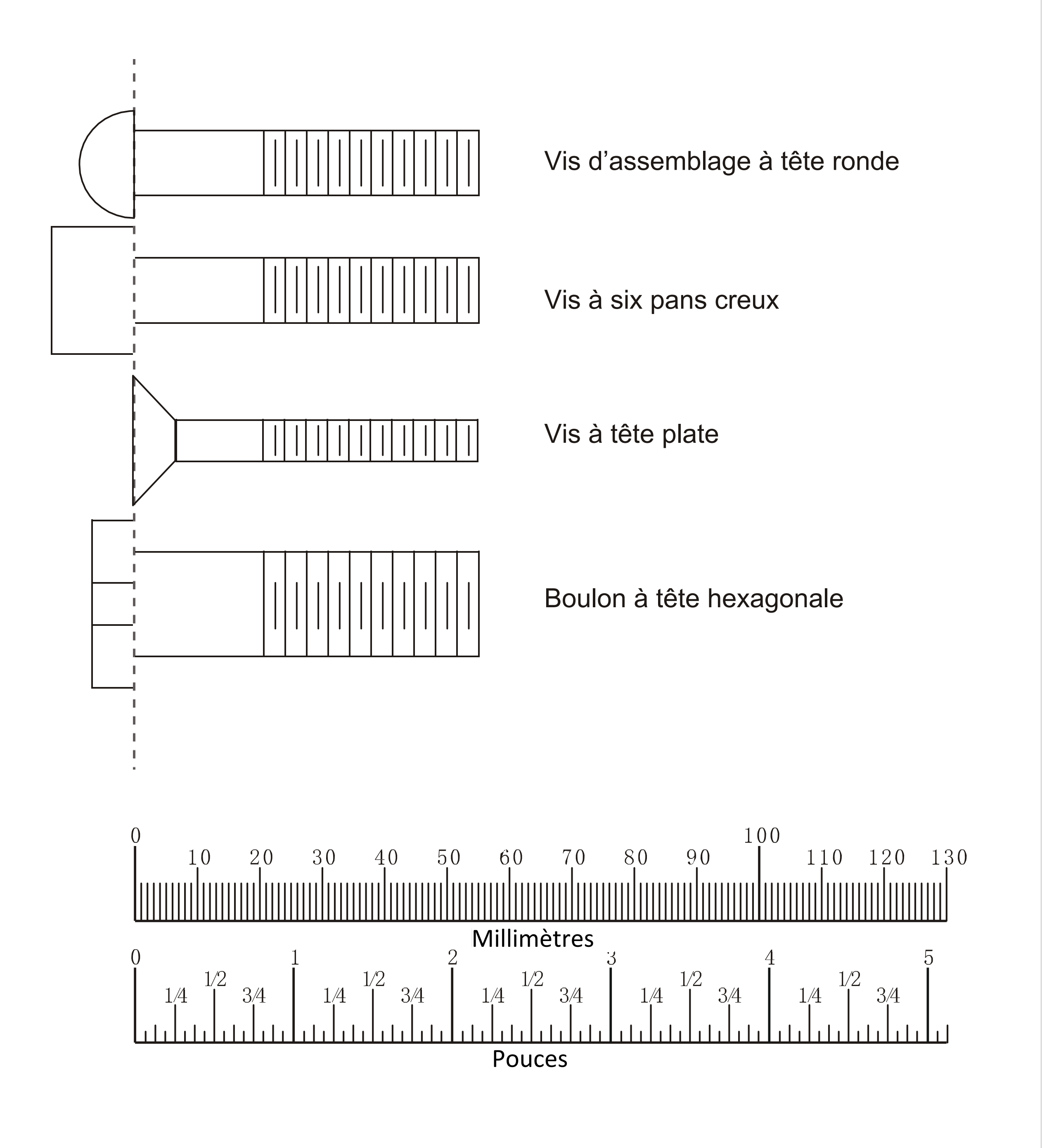
Instructions

Veuillez prendre le temps de lire ces instructions en détail avant de débuter l'assemblage.Veuillez vous référer aux différentes listes de ce manuel pour vous assurer que toutes les pièces ont été inclues dans la livraison.Pour passer une commande, utiliser les références et descriptions de ces listes.Veuillez utiliser exclusivement nos pièces de rechange pour les opérations d'entretien.Tout manquement à cette instruction entrainera l'annulation de la garantie et pourrait être à l'origine de blessures.

Cet appareil est conçu pour permettre les mouvements les plus fluides et efficaces.Après l'assemblage, il est recommandé de vérifier toutes les fonctions pour s'assurer de leur bon fonctionnement.En cas de problème, consulter tout d'abord les instructions d'assemblage afin d'identifier de possibles erreurs durant l'assemblage.Si vous n'arrivez pas à identifier le problème, veuillez appeler votre distributeur autorisé.Assurez-vous d'avoir le numéro de série et ce manuel à portée de main lors de votre appel.Continuer une fois toutes les pièces identifiées.



Guide de mesures



Instructions d’assemblage

L’assemblage de l’appareil requiert environ deux heures pour un installateur professionnel.Si c’est la première fois que vous assemblez ce type d’appareil, prévoyez plus de temps.Il est vraiment recommandé de faire installer l’appareil par un installateur professionnel.Il est plus facile, rapide et sûr d’assembler cet appareil avec l’aide d’un ami, car certaines pièces sont grandes, lourdes et difficiles à manipuler seul.Il est important d’assembler ce produit dans un endroit propre, dégagé et en ordre.Cela vous permettra de vous déplacer autour du produit pendant l’assemblage des pièces et réduire ainsi le risque de blessures pendant l’assemblage.



Remarque

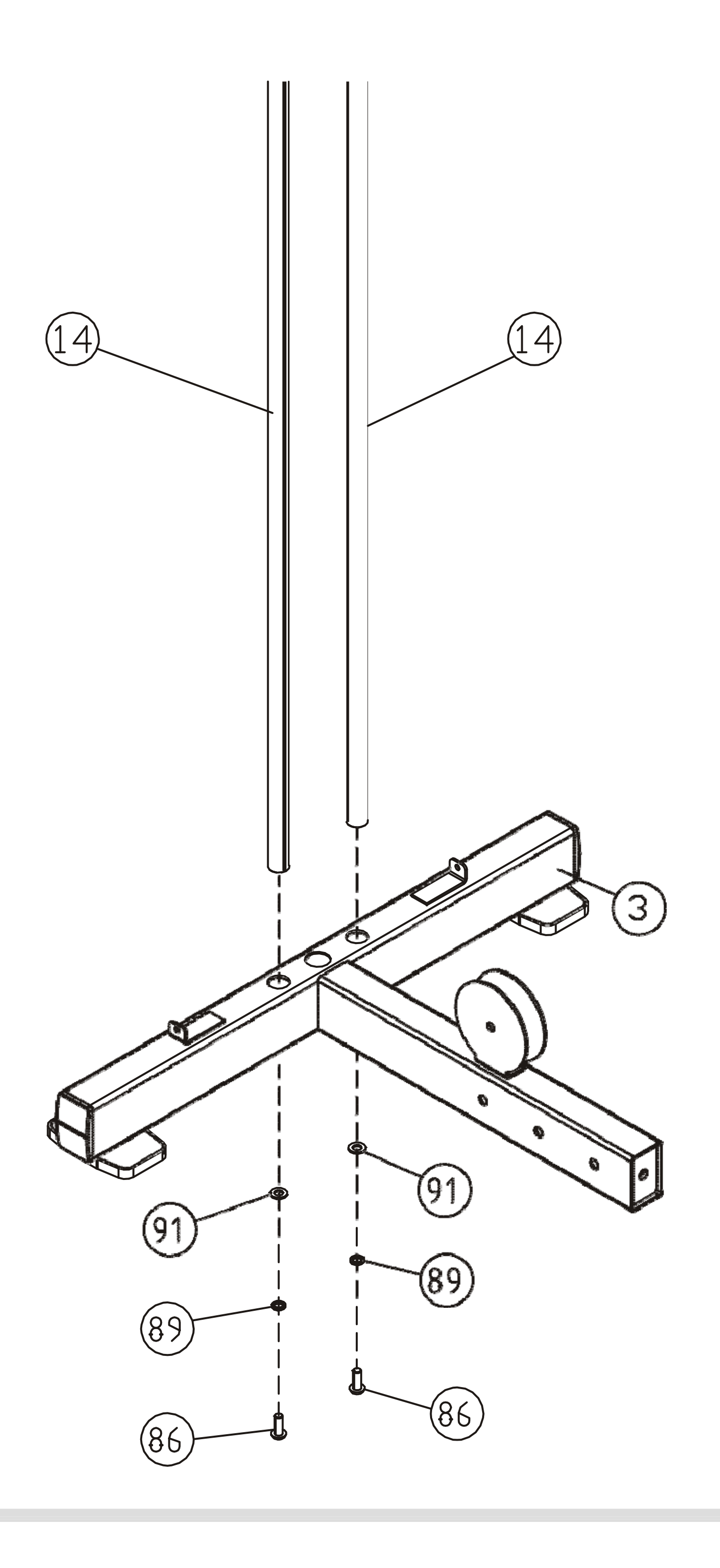
Comme pour toutes pièces assemblées, un bon alignement et un bon ajustement sont primordiaux.Lors de la fixation des pièces veuillez laisser un peu d’espace pour les ajustements.Ne pas serrer complètement la visserie avant d'en avoir reçu l'instruction.Veuillez suivre l'ordre des explications présentées dans ce manuel pour assembler les pièces de l'appareil.

Assemblage

Étape 1

Attacher les tiges verticales (nº 14) au cadre arrière (nº 3) avec :
deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 25 (nº 86) deux rondelles à ressort Ø 10 (nº 89)
deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)

Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.

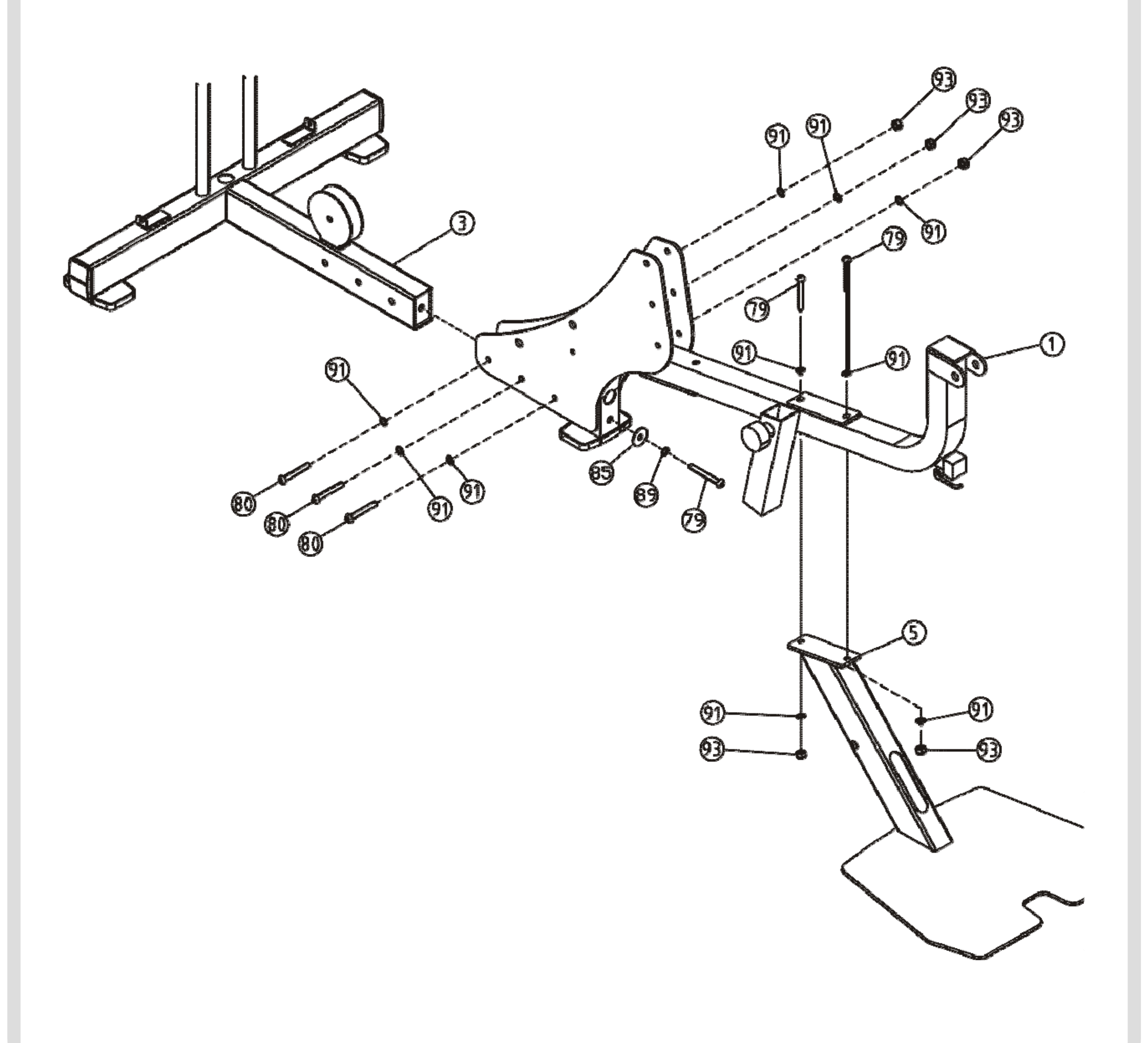


Assemblage

Étape 2

1. Attacher le réceptacle du support du siège (nº 1) au cadre arrière (nº 3) avec :
   trois vis d'assemblage à tête ronde M10 * 75 (nº 80)
   six rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   trois écrous freinés en nylon M10 (nº 93)
   Une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 80 (nº 79)
   une rondelle plate Ø 38 * Ø 11 *2 (nº 85)
   une rondelle à ressort Ø 10 (nº 89)
2. Attacher le montant avant (nº 5) au réceptacle du support du siège (nº 1) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 80 (nº 79)
   quatre rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   deux écrous freinés en nylon M10 (nº 93)

Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.

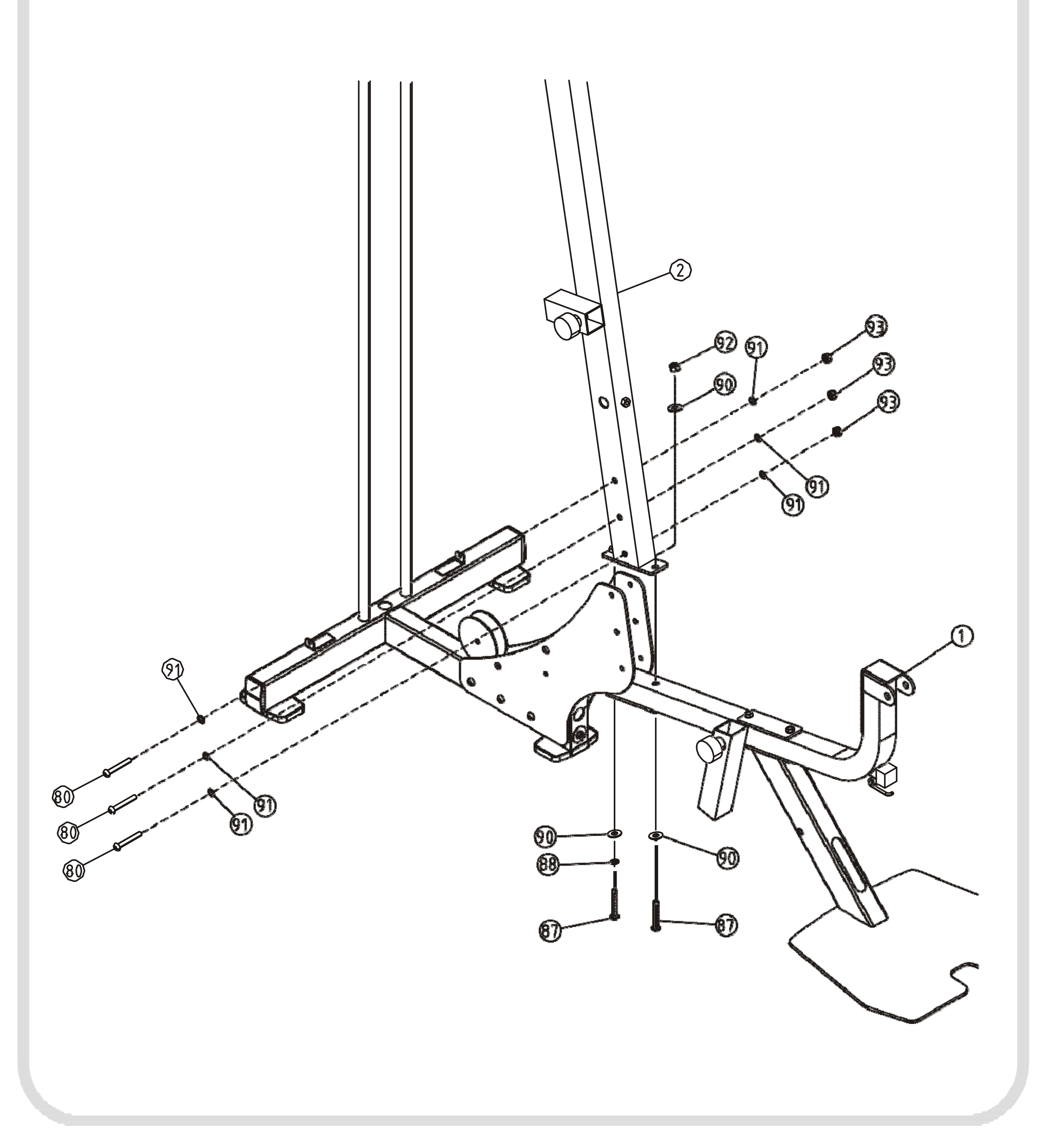


Étape 3

Attacher le montant principal (nº 2) au réceptacle du support du siège (nº 1) avec :

trois vis d'assemblage à tête ronde M10 * 75 (nº 80)
trois écrous freinés en nylon M10 (nº 93)
une rondelle à ressort Ø 12 (nº 88)
un écrou freiné en nylon M12 (nº 92)
six rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
deux vis d'assemblage à tête ronde M12 * 80 (nº 87)
trois rondelles plates Ø 13 * Ø 24 * 1,5 (nº 90)

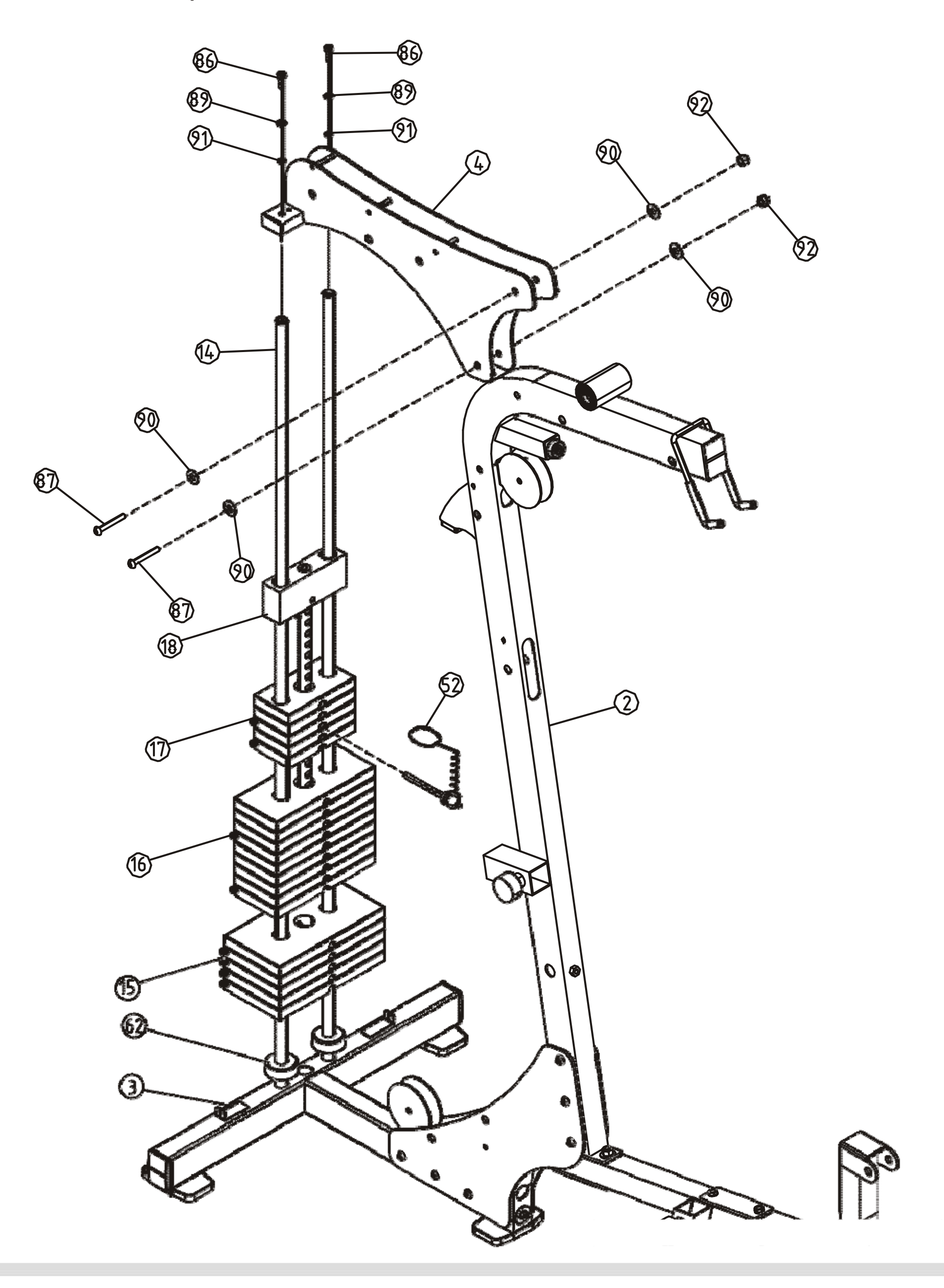
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 4

1. Attacher aux deux tiges verticales (nº 14) :
   deux butoirs de poids (nº 62) cinq plaques de poids de 6,8 kg (nº 15)
   neuf plaques de poids de 4,5 kg chacune (nº 16) cinq plaques de poids de 2,25 kg(nº 17)
   la plaque supérieure (nº 18)
2. Attacher la poutre supérieure principale (nº 4) au montant principal (nº 2) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M12 * 80 (nº 87) quatre rondelles plates Ø 13 * Ø 24 * 1,5 (nº 90)
   deux écrous freinés en nylon M12 (nº 92)
3. Attacher la poutre supérieure principale (nº 4) aux tiges verticales (nº 14)
   avec :deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 25 (nº 86) deux rondelles à ressort Ø 10 (nº 89)
   deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)

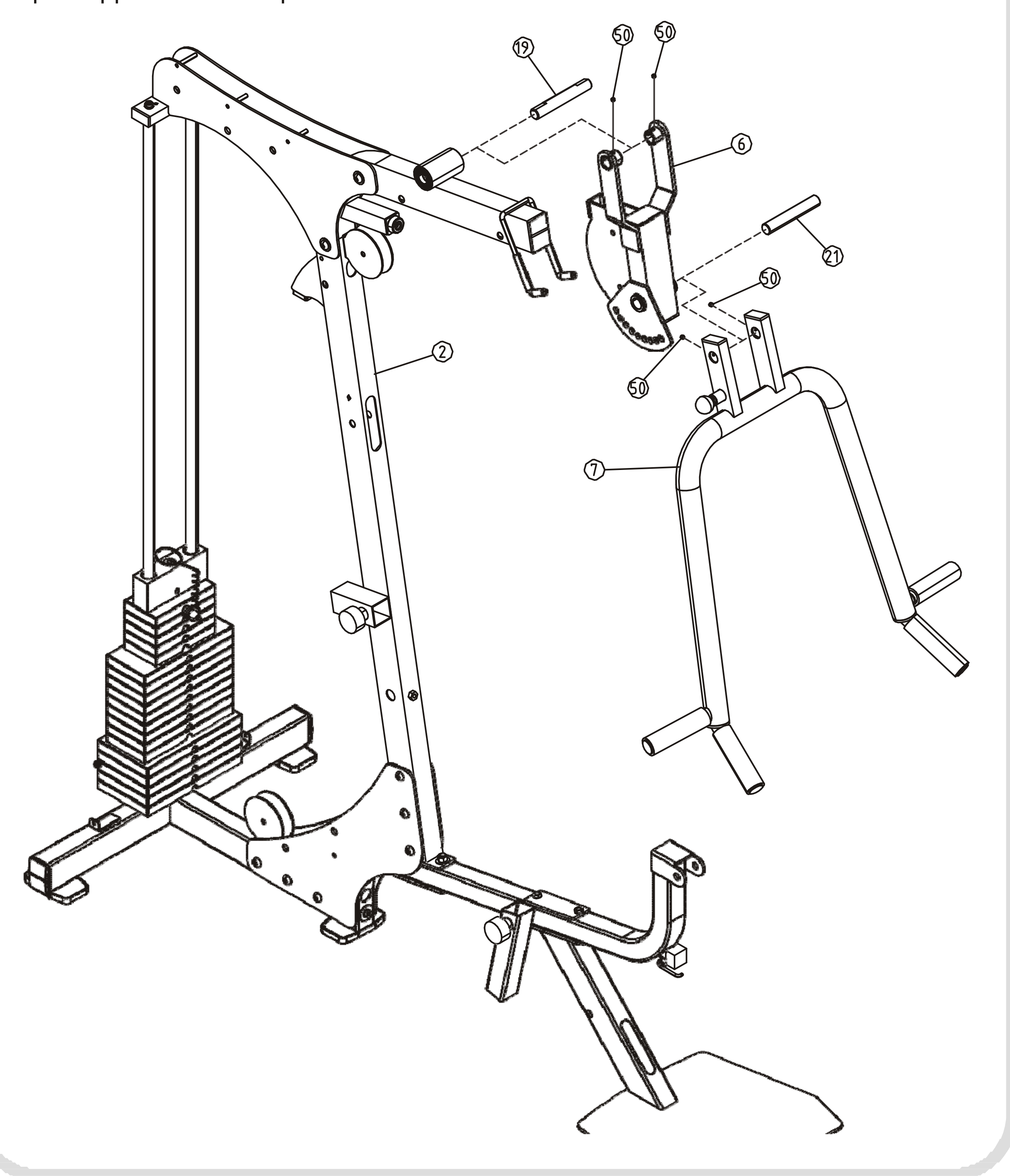
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 5

1. Attacher le support du bras supérieur (nº 6) au montant principal (nº 2) avec :
   une tige pour la presse épaules Ø 25 * 162 (nº 19)   deux vis M8 * 6 (nº 50)
2. Attacher le bras supérieur (nº 7) au support de bras supérieur (nº 6) avec :
   une tige pour l'ajustement de la presse épaules Ø 25,4 * 152 (nº 21)
   deux vis M8 * 6 (nº 50)

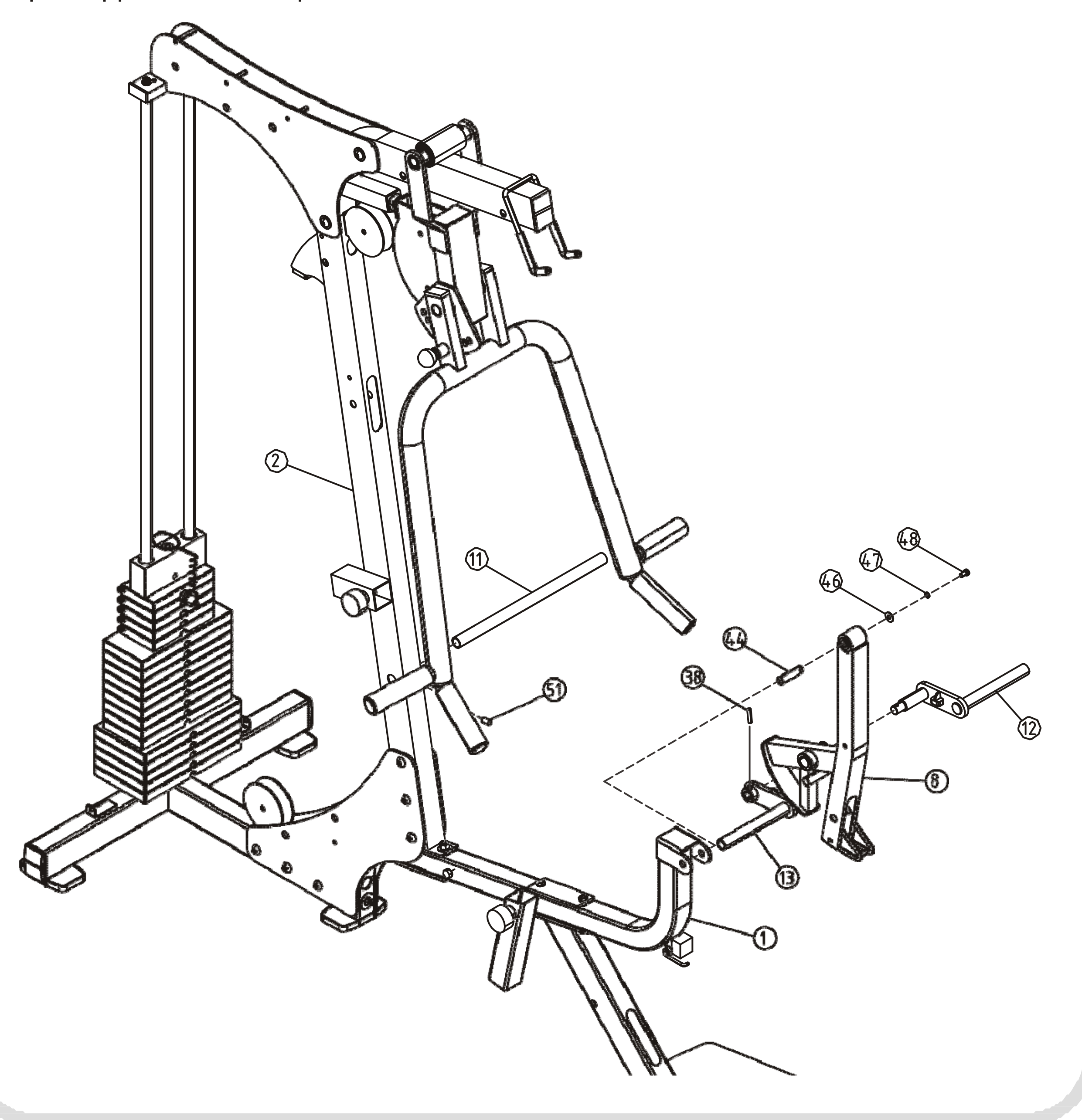
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 6

1. Attacher le long tube en mousse Ø 25 * 433 (nº 11) au montant principal (nº 2) avec :
   une vis d'assemblage à tête ronde M8 * 35 (nº 51)
2. Attacher le levier d'extension de jambes (nº 8) au réceptacle du support du siège (nº 1) avec :
   une tige pour extension de jambes Ø 16 * M8 * 61 (nº 44)
   une rondelle plate Ø 9 * Ø 22 * 2 (nº 46)
   une rondelle à ressort Ø 8 (nº 47)
   une vis d'assemblage à tête ronde M8 * 15 (nº 48)
3. Attacher le cadre en mousse avec tige (nº 12) et le cadre en mousse sans tige (nº 13) au levier d'extension de jambes (nº 8) avec :
   une goupille de tension Ø 8 * 32 (nº 38)

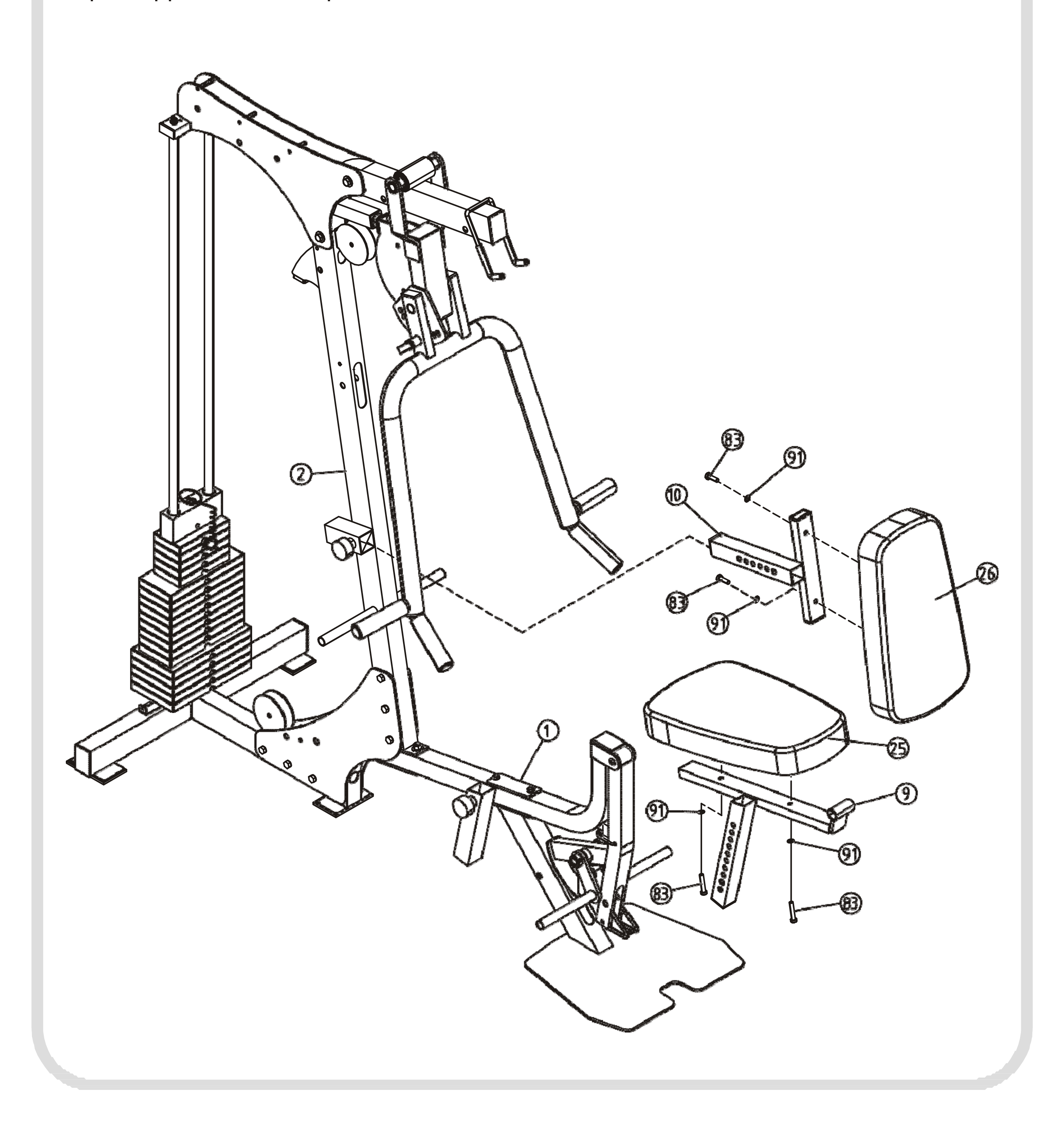
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 7

1. Attacher le tube télescopique du dossier (nº 10) au montant principal (nº 2).
2. Attacher le dossier (nº 26) au tube télescopique du dossier (nº 10) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 50 (nº 83)deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
3. Attacher le support de siège (nº 9) au réceptacle du support de siège (nº 1).
4. Attacher le siège (nº 25) au support de siège (nº 9) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 50 (nº 83)deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)

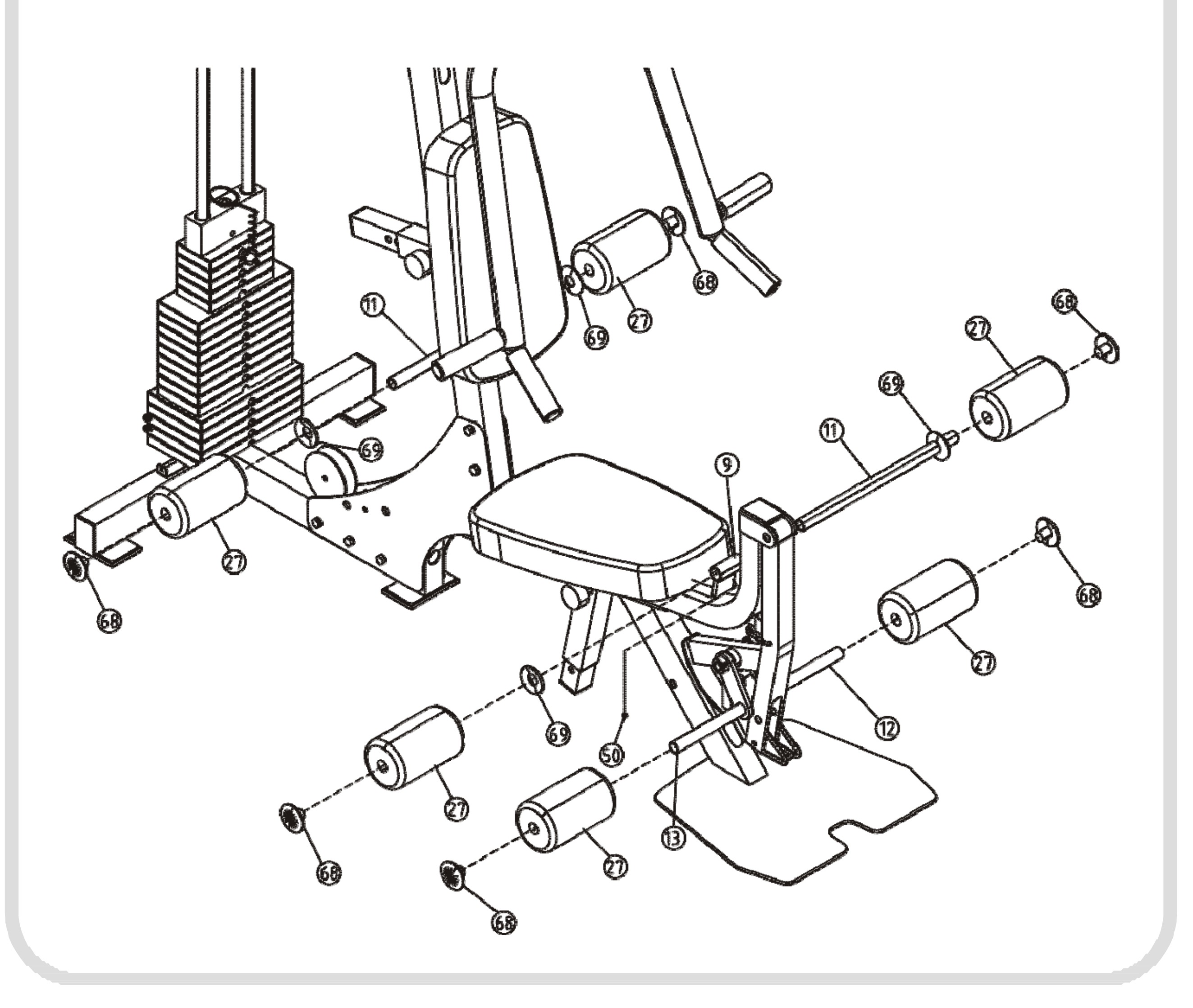
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 8

1. Attacher deux rouleaux rembourrés Ø 100 * 180 (nº 27) au long tube en mousse (nº 11) avec :
   deux capuchons de rouleaux rembourrés Ø 25 (nº 68)   deux rondelles en plastique Ø 66 (nº 69)
2. Attacher un rouleau rembourré (nº 27) et un capuchon de rouleau rembourré (nº 68) au cadre en mousse sans tige (nº 13).
3. Attacher un rouleau rembourré (nº 27) et un capuchon de rouleau rembourré (nº 68) au cadre en mousse avec tige (nº 12).
4. Attacher le long tube en mousse Ø 25 * 433 (nº 11) au support de siège (nº 9) avec :
   une vis M8 * 6 (nº 50)
5. Attacher deux rouleaux rembourrés Ø 100 * 180 (nº 27) au long tube en mousse (nº 11) avec :
   deux capuchons de rouleaux rembourrés Ø 25 (nº 68)   deux rondelles en plastique Ø 66 (nº 69)

Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 9

1. Attacher le bouchon ajustable (nº 24) au montant principal (nº 2) avec :
   un écrou hexagonal M10 (nº 105)
2. Attacher le câble de la presse épaules (nº 76) à la plaque supérieure (nº 18).
3. Attacher deux poulies Ø 114 (nº 30) à la poutre supérieure principale (nº 18) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 80 (nº 79)
   quatre boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 19,5 (nº 72)
   quatre rondelles plates Ø 11 * Ø 20 *2 (nº 91)
   deux écrous freinés en nylon M10 (nº 93)
4. Attacher une poulie Ø 89 (nº 98) au support de poulie (nº 28) avec :
   Une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 45 (nº 84)
   Deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
5. Attacher quatre poulies Ø 114 (nº 30) au montant principal (nº 2) avec :
   trois vis d'assemblage à tête ronde M10 * 70 (nº 81)
   une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 45 (nº 84)
   six boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 14(nº 75)
   huit rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   quatre écrous freinés en nylon M10 (nº 93)
6. Attacher deux poulies Ø 114 (nº 30) au support du bras supérieur (nº 6) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 50 (nº 83)
   quatre rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   deux écrous freinés en nylon M10 (nº 93)

Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.

Étape 9

Assemblage

Étape 10

1. Attacher le câble de la poulie du milieu (nº 77) au levier d'extension de jambes (nº 8).
2. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) au levier d'extension de jambes (nº 8) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 65 (nº 82)
   - deux boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 11,5 (nº 72)
   - quatre rondelles plates Ø 11 * Ø 20 *2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
3. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) au montant avant (nº 5) avec :
   - un support de retenue de câble (nº 29)
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 75 (nº 80)
   - deux boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 14 (nº 75)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 *2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
4. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) au montant arrière (nº 3) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 45 (nº 84)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
5. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) à la poutre supérieure principale (nº 4) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 80 (nº 79)
   - deux boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 19,5 (nº 72)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 *2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
6. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) au support de poulie avec tige (nº 71) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 45 (nº 84)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
7. Attacher une poulie Ø 89 (nº 98) au support de poulie (nº 28) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 45 (nº 84)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
8. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) au réceptacle du support du siège (nº 1) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 80 (nº 79)
   - deux boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 19,5 (nº 72)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)
9. Attacher une poulie Ø 114 (nº 30) au montant principal (nº 2) avec :
   - une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 70 (nº 81)
   - deux boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 14 (nº 75)
   - deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)
   - un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)

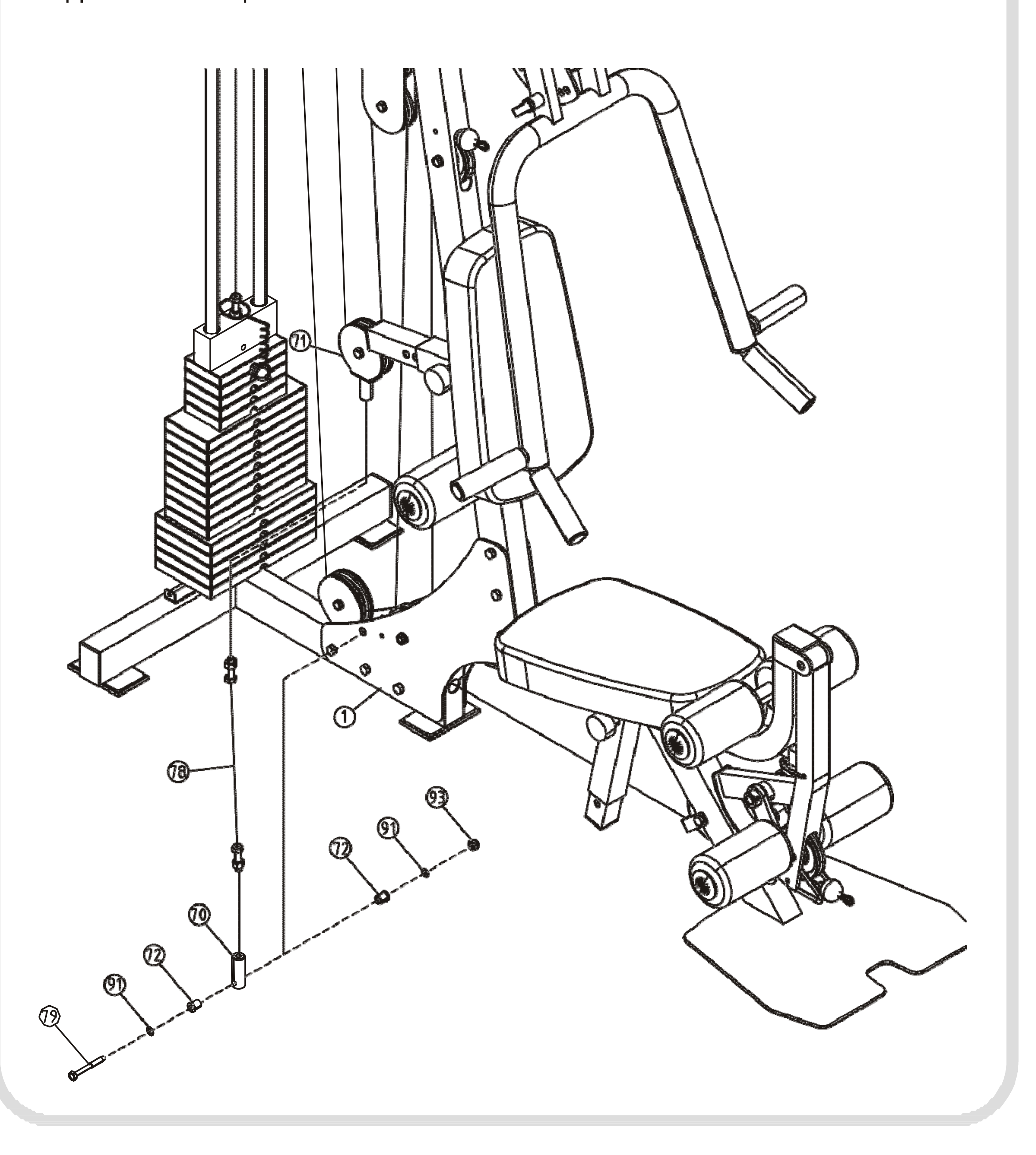
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.

Étape 10

Étape 11

1. Attacher le relais de câble de la presse jambes (nº 78) au support de poulie avec tige (nº 71).
2. Attacher le relais de câble de la presse jambes (nº 78) à l'adaptateur de câble (nº 70).
3. Attacher l'adaptateur de câble (nº 70) au réceptacle du support du siège (nº 1)
   avec :une vis d'assemblage à tête ronde M10 * 80 (nº 79) deux boulons d'espacement Ø 20 * Ø 10,5 * 19,5 (nº 72) deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91) un écrou freiné en nylon M10 (nº 93)

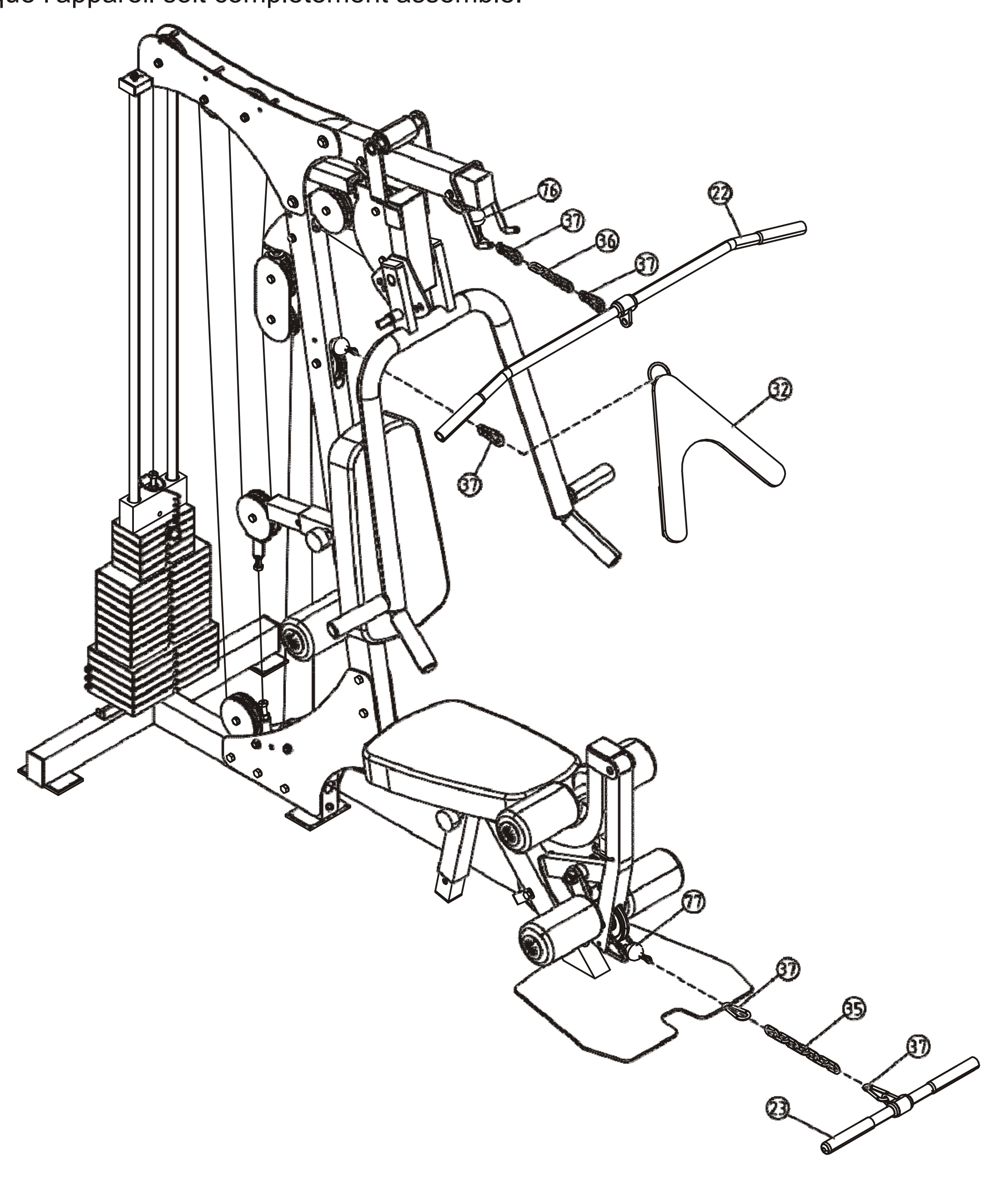
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.



Étape 12

1. Attacher la petite barre (nº 23) au câble de la poulie du milieu (nº 77) avec :
   deux mousquetons Ø 8 (nº 37) une longue chaîne Ø 5 * 12 (nº 35)
2. Attacher la sangle abdominale (nº 32) au câble de la poulie du milieu (nº 77) avec :
   un mousqueton Ø 8 (nº 37)
3. Attacher la barre longue (nº 22) au câble de la presse épaules (nº 76) avec :
   deux mousquetons Ø 8 (nº 37) une longue chaîne Ø 5 * 5 (nº 36)

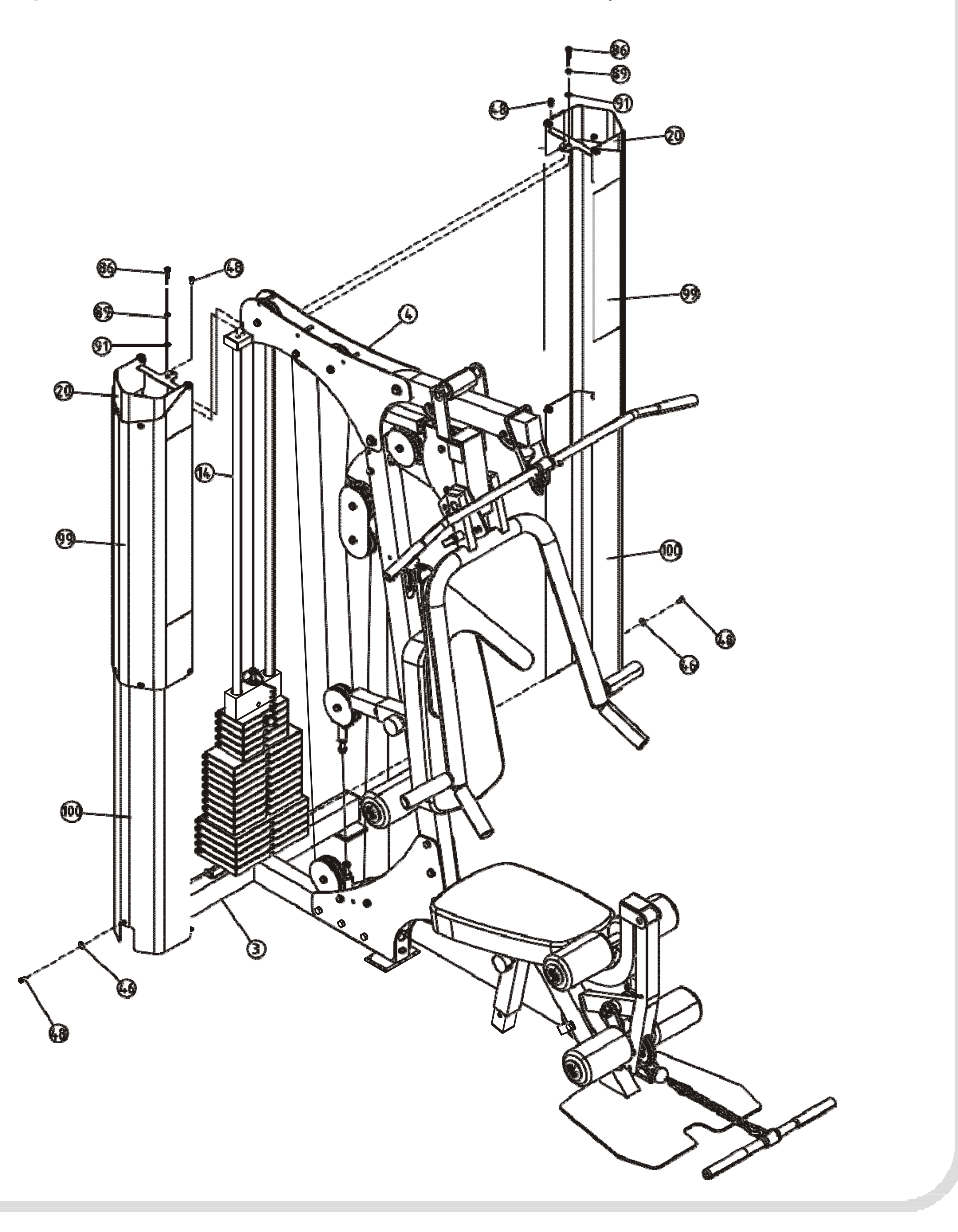
Remarque : Serrer à la main les boulons et les écrous freinés en nylon jusqu'à ce que l'appareil soit complètement assemblé.

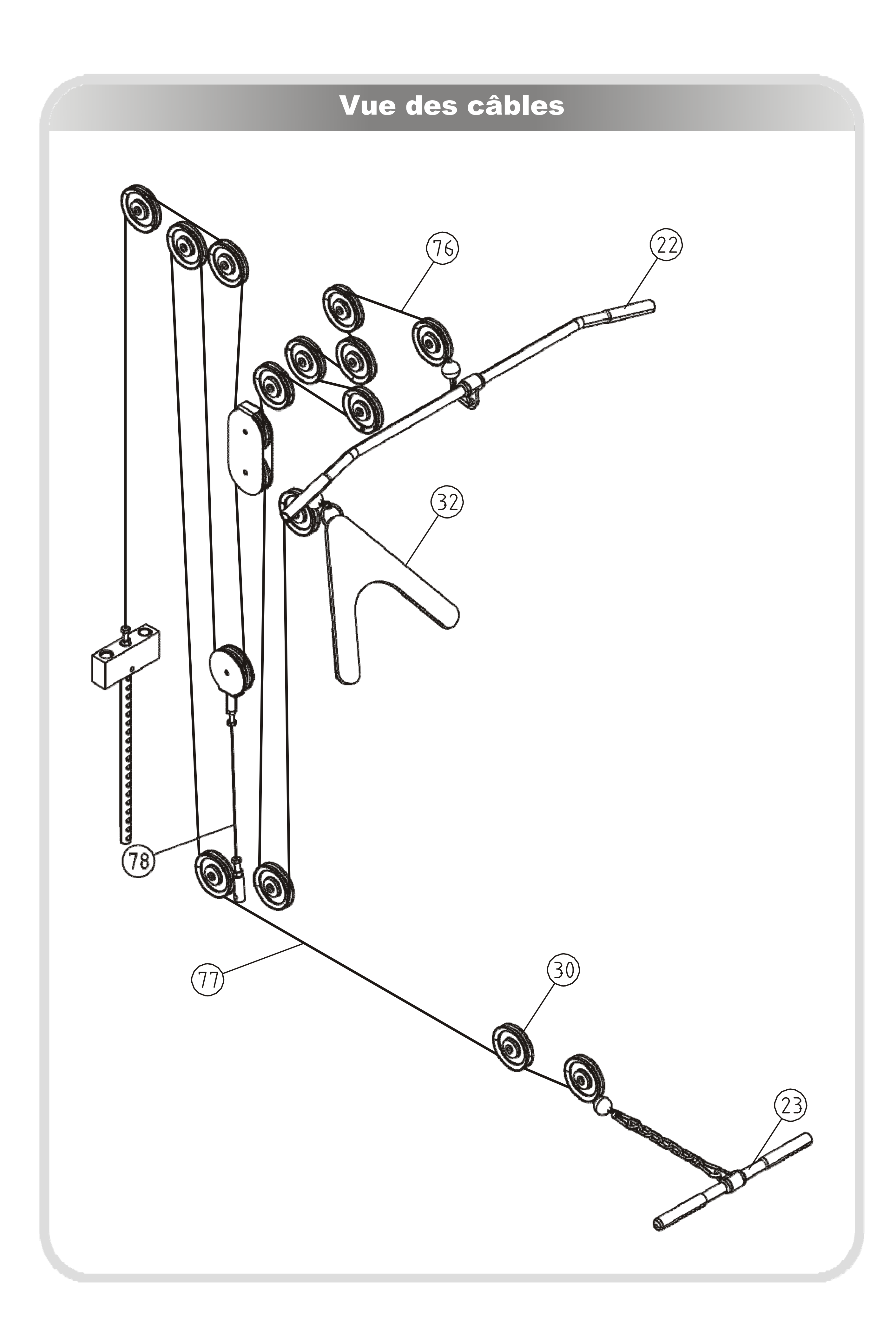


Étape 13

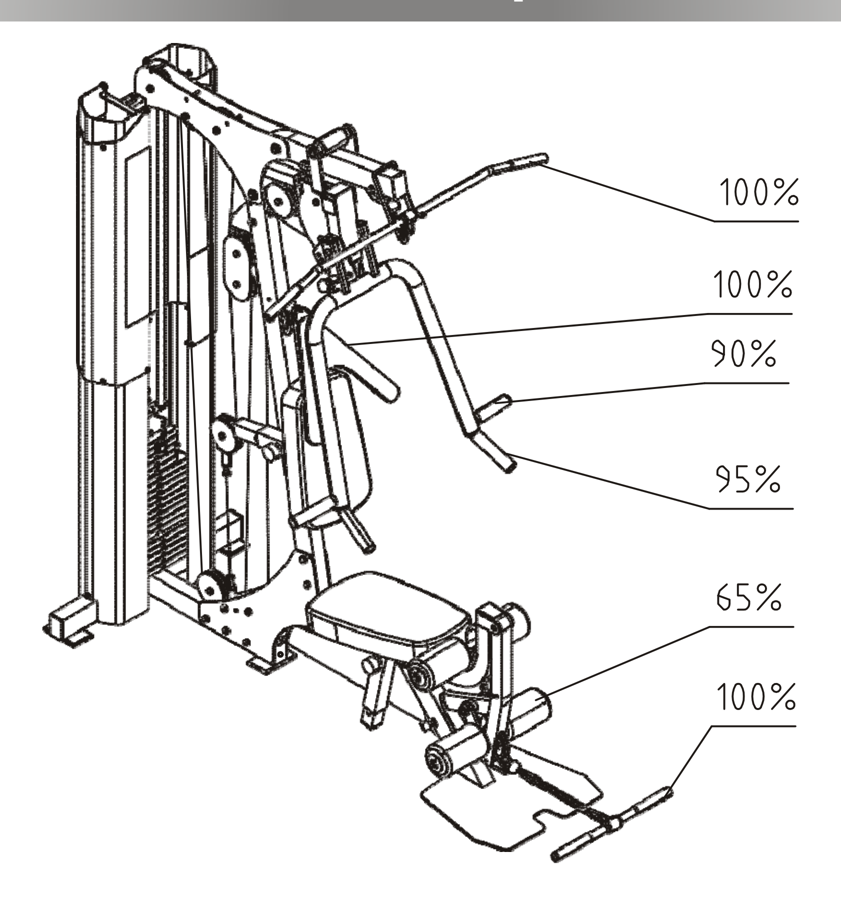
1. Attacher deux capots protèges-poids inférieurs (nº 100) au cadre arrière (nº 3) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M8 * 15 (nº 48) une rondelle plate Ø 9 * Ø 22 * 2 (nº 46)
2. Attacher deux capots protèges-poids (nº 20) à la poutre supérieure principale (nº 4) avec :
   deux vis d'assemblage à tête ronde M8 * 15 (nº 48) deux vis d'assemblage à tête ronde M10 * 25 (nº 86)
   deux rondelles à ressort Ø 10 (nº 89) deux rondelles plates Ø 11 * Ø 20 * 2 (nº 91)

Remarque : Serrer les boulons et les écrous freinés en nylon avec une clé.




Vue des câbles
76
22
32
78
77
30
23

Relations de poids



	100%	95%	90%	65%
1	10	9 5	9	6 5
2	15	14	13 5	10
3	20	19	18	13
4	25	24	23	16
5	30	29	27	20
6	35	33	32	23
7	45	43	41	29
8	55	52	50	36
9	65	62	59	42
10	75	71	68	49
11	85	81	77	55
12	95	90	86	62
13	105	100	95	68
14	115	110	104	75
15	125	119	113	81
16	140	133	126	91
17	155	147	140	101
18	170	162	153	111
19	185	176	167	120
20	200	190	180	130

Programme d’entretien

ROUTINE	ENTRETIEN COMMERCIAL	ENTRETIEN PARTICULIER	DATE						
Inspection : Liens, goupilles, mousquetons, pivots, goupilles de sécurité	QUOTIDIEN	HEBDOMADAIRE							
Nettoyer : Revêtements	QUOTIDIEN	HEBDOMADAIRE							
Inspection : Câbles ou sangles et leur tension	QUOTIDIEN	HEBDOMADAIRE							
Inspection : Barres accessoires et poignées	HEBDOMADAIRE	TRIMESTRIEL							
Inspection : Toutes les vignettes	HEBDOMADAIRE	TRIMESTRIEL							
Inspection : Écrous et boulons bien serrés si nécessaire	HEBDOMADAIRE	TRIMESTRIEL							
Inspection : Surfaces antidérapantes	HEBDOMADAIRE	TRIMESTRIEL							
Nettoyer et graisser :Tiges verticales avec lubrifiant téflon (PTFE) (Superlube)	MENSUEL	TRIMESTRIEL							
Graisser : Manchons du siège, manchons en Turcite,roulements linéaires	MENSUEL	TRIMESTRIEL							
Nettoyer et lustrer : Toutes les finitions brillantes	SEMESTRIEL	ANNUEL							
Remonter avec graisse : Roulements linéaires	SEMESTRIEL	ANNUEL							
Remplacer : Câbles, sangles et pièces de connexion	ANNUEL	TOUS LES 3 ANS							

Information générale concernant l'entretien

Liens, goupilles, mousquetons, pivots, goupilles de sécurité :
* Inspecter toutes les pièces pour identifier les signes d'usures et de dégâts.
* Inspecter la tension et l'alignement des ressorts des mousquetons et des goupilles.
* Si le ressort ne fonctionne plus ou a perdu sa rigidité, le remplacer immédiatement.

Revêtement :
* Afin d'assurer la durée de vie des revêtements ainsi qu'une bonne hygiène, toutes les pièces dotées d'un revêtement doivent être nettoyéesavec un chiffon humide après chaque session.
* Nettoyer de façon régulière avec un savon doux ou un nettoyant homologué de revêtements en vinyle afin de prévenirl'apparition de craquements ou de d'assèchements.Éviter l'utilisation de nettoyants abrasifs ou de nettoyants non adaptés au vinyle.
* Remplacer immédiatement les revêtements usés ou déchirés.
* Ne pas approcher d'objets tranchants ou pointus des revêtements.

Vignette :
* Inspecter et se familiariser avec les avertissements de sécurité ou d'autres informations destinées aux utilisateurs indiqués surchaque vignette.

Écrous et boulons :
* Inspecter tous les écrous et boulons et les resserrer si nécessaire.
* Resserrer régulièrement les éléments de quincaillerie afin d'assurer que ceux-ci soient fixéscorrectement.

Surfaces antidérapantes :
* Ces surfaces sont conçues pour permettre un appui stable et doivent être remplacées si elles paraissent usées ou glissantes.

Sangles et câbles :
* Nous utilisons uniquement des sangles de hautes qualités et des câbles aux normes MIL-SPEC.
* Inspecter visuellement les sangles et câbles afin d'identifier tout effilochage, craquement, écaillage ou décoloration.
* Pendant que l'appareil n'est pas utilisé, passer prudemment le doigt le long de la sangle ou du câble afin de détecter toutezone plus fine ou comportant des protubérances.
* Remplacer les sangles et les câbles immédiatement après avoir détecté les premiers signes d'usure ou de dégât.Ne pas utiliserl'appareil jusqu'à ce que les sangles ou câbles aient été remplacés.

Tension des sangles et des câbles :
* En référence au manuel d'utilisateur, lorsque les sangles et les câbles sont utilisés, inspecter toutes les fixations et boulons afin d'assurer qu'ils sont bien attachés.
* Détecter tout câble détendu afin de réajuster la tension si nécessaire.

Manchons de siège, tiges verticales :
* Nettoyer les tubes d'ajustement avec un chiffon sans poussière avant de les graisser.
* Graisser les manchons de siège et les tiges verticales avec un vaporisateur de lubrifiant à base de silicium ou de téflon.

Roulements linéaires :
* En référence au manuel d'utilisateur, démonter prudemment les roulements de leur boîtier et graisseravec un doigt couvert de graisse légère (lithium, Superlube, etc.) l'intérieur du roulement.Avec le doigt, appliquer la graisse dans le roulement à billes et par son passage. Répéter la manœuvre jusqu'à ce que le passage du roulement à billes soit bien graissé.Réinsérer la tige dans le roulement et retirer l'excès de graisse.

VEUILLEZ CONSERVER CES INFORMATIONS

Tous matériels ou pièces défectueuses ne pourront être remplacés qu'après réception de ceux-ci retournés aux frais de l'expéditeur. Aucun retour de marchandises ne pourra être accepté sans notre accord préalable

POUR COMMANDER DES PIECES DETACHEES

Dans un soucis d'efficacité munissez-vous des éléments suivants avant de contacter notre

Service Après Vente :

Le nom ou **la <u>référence du produit</u>**.
Le **<u>numéro de fabrication</u>** indiqué sur le châssis principal et sur le carton d'emballage.
Contacter du lundi au vendredi de **10H00 à 12H00** et de **14H00 à 17H00** (sauf jour fériés).

CARE Service Après Vente
18 / 22 rue Bernard – Z.I. les Vignes
93012 BOBIGNY Cedex
Tél. : 0820 821 167 - Fax : 01 48 43 51 03
E mail : sav@carefitness.com

INTENSIVE LINE

CARE